

ZALECENIA POZABIEGOWE

ESENCJA PIELĘGNACJI SKÓRY:

- Piękna i zdrowa skóra jest kwestią dyscypliny. Profesjonalne zabiegi nie mają sensu, jeśli sama zaniedbujesz swoją skórę. Nie istnieje zabieg, który sprawi że domowa pielęgnacja nie będzie konieczna.
- W celu zminimalizowania ryzyka reakcji niepożądanych, zmniejszenia nasilenia standardowych objawów dyskomfortu oraz przedłużenia efektów po zabiegach estetycznych, tj. peelingi medyczne, mezoterapia i lasery, należy rygorystycznie przestrzegać wymienionych zaleceń pozabiegowych. Niektóre z nich warto wprowadzić na stałe do swojej codziennej pielęgnacji.

STOSUJ/APLIKUJ:

- Fotoprotekcję UVA/UVB (SPF 50)
Pozwoli to wyeliminować ryzyko pojawienia się przebarwień pozapalnych. Promieniowanie UVA, odpowiedzialne w 80% za proces fotostarzenia skóry, jest obecne również w pochmurne dni, przez 365 dni w roku! Dlatego krem z filtrami to nie tylko ochrona przed przebarwieniami i zmarszczkami, ale również przed rakiem skóry. To najlepszy krem anti-aging, jaki możesz wybrać dla swojej skóry.
Moja rekomendacja dla Ciebie: _____
- Krem nawilżający - regenerujący o prostym składzie min. 2 razy na dobę przez ok. 7 dni.
Moja rekomendacja dla Ciebie: _____
- Krem/żel z arniką – w przypadku pojawienia się siniaków.
Moja rekomendacja dla Ciebie: _____

UNIKAJ/ZREZYGNUJ Z:

- Makijażu na co najmniej 24 h - w trakcie procesu gojenia skóry wybierz podkład mineralny.
- Gorących kąpeli i ekspozycji na promieniowanie słoneczne przez okres min. 2 tygodni.
- Sauny, siłowni, fitnessu i basenu przez okres min. 7 dni.
- Bliskiego kontaktu ze zwierzętami domowymi.
- Przyjmowania leków z grupy NLPZ – niesteroidowe leki przeciwzapalne, np. Ibuprofen.
- Podrażniających skórę preparatów oczyszczających, peelingów oraz depilacji przez okres min. 7 dni - może to uszkodzić nową skórę.
- Drapania, skubania i odrywania łuszczących się fragmentów skóry - w tym miejscu mogą pojawić się przebarwienia pozapalne lub blizny!

DODATKOWE ZALECENIA/WSKAZÓWKI:

- Często zmieniaj poszewkę od poduszki - przeciętna poszewka ma ponad 350 000 żywych kolonii bakterii, które mogą wywoływać infekcję, szczególnie na podrażnionej po zabiegu skórze.
- Używaj świeżych ręczników, przeznaczonych tylko do twarzy - wybierz antybakteryjne ręczniczki z delikatnych włókien bambusowych.
- Jeżeli jesteś osobą palącą, pamiętaj że obkurczenie naczyń i gorsze dotlenienie komórek, powoduje dłuższe gojenie skóry. Ponadto, „zadymione” komórki reagują bardzo leniwie i opornie na zabiegi i kosmetyki. Mała cząsteczka nikotyny, penetruje w głąb skóry o wiele skuteczniej niż drogi krem!
- Moja wskazówka dla Ciebie: _____

Jeśli po zabiegu będziesz mieć jakiegokolwiek pytania lub wątpliwości, dotyczące pielęgnacji pozabiegowej lub reakcji Twojej skóry, skontaktuj się ze mną.

Twój Kosmetolog: _____